

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя
общеобразовательная школа п.Соцземледельский Балашовского района
Саратовской области»

Рассмотрено на
заседании педсовета
Протокол № 3
от 24.11.2023.

«Утверждаю»
Приказ № 378 от 27.11.2023
директор МОУСОШ п.Соцземледельский
Балашовского района Саратовской области
Е.А. Лукова



Программа по здоровьесбережению обучающихся

2023-2026

1. Аналитическое обоснование Программы

В современных условиях сложилась неблагоприятная тенденция в состоянии здоровья детей, преодоление которой стало актуальной задачей государства, общества и всех его социальных институтов в интересах обеспечения жизнеспособности подрастающего поколения. Создание благоприятных условий для жизнедеятельности, обучения, воспитания и развития детей - главная цель школы.

Программа формирования здорового и безопасного образа жизни обучающихся (далее-Программа) — комплексная программа формирования у обучающихся знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка.

Программа построена на основе общенациональных ценностей российского общества, таких, как гражданственность, здоровье, природа, экологическая культура, безопасность человека и государства. Программа направлена на развитие мотивации и готовности обучающихся действовать предусмотрительно, осознанно придерживаться здорового и безопасного образа жизни.

Программа основывается на Конвенции по правам ребенка, Конституции Российской Федерации, ФЗ от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; ФЗ Российской Федерации от 21 ноября 2011 г. N 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации"; Постановлении главного государственного врача РФ от 28.09.2020 № 28 СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; Приказе Минобрнауки РФ от 27.06.2017 № 602 «Об утверждении Порядка расследования и учета несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность»; Федеральном законе от 08.01.1998 № 3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах»; Федеральном законе от 29.12.2010 г. №436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»; Федеральном законе от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».

Реализация школьной Программы позволит комплексно осуществлять систему мер, направленную на сохранение и улучшение состояния здоровья учащихся.

2. Цели и задачи Программы

Цель.

Сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся как одной из ценностных составляющих, способствующих развитию ребёнка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы

Задачи

1. Отслеживать организацию учебно-воспитательного процесса с учетом его психологического и физиологического воздействия на организм учащихся
2. Соблюдать санитарно-гигиенические нормы организации учебно-воспитательного процесса, нормирование учебной нагрузки и профилактики утомления учащихся
3. Обеспечивать условия для практической реализации принципов здоровьесбережения в учебно-воспитательном процессе
4. Организовывать учебно-методическую работу, направленную на профессиональный рост педагогов через проведение практических занятий, тематических встреч, самообразования и т. п. по решению задач по сохранению здоровья учащихся, формирования здорового и безопасного образа жизни, культуры физического, психического и социального здоровья участников образовательного процесса.

5. Создавать методические и технологические основания для моделирования различных видов деятельности, направленных на укрепление здоровья в школе, а также на изменение всего уклада школы с пользой для здоровья каждого школьника.

6. Формировать у школьников, педагогов и родителей устойчивую мотивацию к здоровому образу жизни, безопасному поведению в окружающей среде и навыкам поведения в экстремальных ситуациях

7. Обеспечивать учащихся необходимой информацией для формирования собственных стратегий и технологий, позволяющих сохранять и укреплять здоровье.

8. Расширять взаимодействия школы, родителей и общества в контексте укрепления здоровья.

3. Основные направления и содержание деятельности по Программе

3.1. Совершенствование нормативно-правовых условий, информационно – методического обеспечения в целях формирования здорового и безопасного образа жизни обучающихся

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Анализ состояния здоровья учащихся. Оформление аналитических и статистических отчетов о состоянии здоровья учащихся, статистике несчастных случаев в школе.	В конце каждого уч.года	Администрация школы, мед.сестра ФАП
2	Издание и анализ локальных и нормативных актов по формированию здорового и безопасного образа жизни обучающихся.	По мере необходимости	Администрация школы

3.2 Рациональная организация учебного процесса в соответствии с санитарными нормами и гигиеническими требованиями и по внедрению оптимальной системы медико - педагогического обеспечения по оказанию помощи детям и подросткам.

№	Мероприятие	Сроки	Ответственные
1	Составление расписания уроков, предусматривающего чередование предметов с высоким баллом по шкале трудности с предметами, которые позволяют частичную релаксацию учащихся.	Перед началом учебного года	Зам.директора по УВР
2	Разработка учебного плана с учетом соблюдения норм максимально допустимой нагрузки школьников	Перед началом уч.года	Администрация школы
3	Соблюдение состояния учебных кабинетов, столовой, спортзала и др.школьных помещений на предмет соответствия требованиям санитарно – гигиенических условий . Особый контроль соблюдения гигиенических требований к компьютерному классу	В течение всего периода	Директор, заведующие кабинетами
4	Соблюдение учителями четких гигиенических требований к уроку (продолжительность 40 минут, в середине урока – физпауза с обязательным включением упражнений для снятия спазма глазных мышц, соблюдение режима освещения и проветривания, соблюдение перемен и т.п.)	В течение всего периода	Учителя - предметники
5	Оформление помещений школы, создающее положительный психоэмоциональный фон у	В течение всего периода	Директор школы, руководители

	учащихся и сотрудников (картины, цветы, цветочное оформление и т.п).		кабинетов
6	Обеспечение условий для предупреждения травматизма через соблюдение техники безопасности при организации учебно – воспитательного процесса	В теч. всего периода	Администрация школы, учителя, клас. руков., руковод. кружков и секций
7	Обеспечение работы пожарной сигнализации, видеонаблюдения	В теч. всего периода	Директор школы
8	Обеспечение пропускного режима в школе, ночной охраны	В теч. всего периода	Директор школы
9	Организация профилактических прививок, периодических медицинских осмотров обучающихся.	По мере необходимости	Органы исполн.власти в сфере здравоохранения на основании договора.
10	Ведение общешкольного учета отсутствующих по болезни, отчет в Комитет образования администрации Балашовского МР	Ежедневно, в теч.всего периода	Зам.по ВР
11	Повышение квалификации педагогов по программе «Оказание первой доврачебной помощи» Организация оказания доврачебной медико-санитарной помощи учащимся.	В течение всего периода	Педагоги Органы исполн.власти в сфере здравоохранения на основании договора.
12	Обучение обучающихся, нуждающихся в длительном лечении, а также детей-инвалидов, которые по состоянию здоровья не могут посещать школу, на дому	В течение всего периода	Администрация школы
13	Пополнение спортивного инвентаря и оборудования	По мере возможности	Директор
14	Озеленение пришкольного участка	В весеннее время в теч. вс. периода	Ответственный за пришкольный участок

3.3. Рациональная организация двигательной активности учащихся средствами физической культуры и спорта

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Повышение качества образования в области физической культуры, в целях укрепления здоровья и физического развития обучающихся	В течение всего периода	Учителя физкультуры
2	Использование на уроках физической культуры методов проведения уроков с более высоким уровнем двигательной активности.	В течение всего периода	Учителя физкультуры
3	Уменьшение негативных последствий гиподинамии: физкультминутки, утренняя зарядка, занятия настольным теннисом, подвижными играми во время перемен.	В течение всего периода	Учителя – предметники, учителя физкультуры
4	Проведение школьной спартакиады: Осенний, Весенний Дни здоровья, Президентские состязания по ОФП, Осенний, Весенний кроссы, соревнования по настольному теннису, волейболу, бадминтону,	В течение всего периода	Учителя физкультуры

	пионерболу, лыжным гонкам, зимнему многоборью, спортивные конкурсы «Вперед, мальчишки!», «А ну-ка, парни!» и др.		
5	Организация спортивных секций и спортивно-оздоровительных кружков во внеурочное время.	В течение всего периода	Зам.по ВР, учителя физкультуры
6	Увеличение объема уроков физкультуры (до 3 часов в неделю).	В течение всего периода	Администрация школы

3.4 Совместная работа с родителями учащихся по вопросам создания условий для формирования здорового и безопасного образа жизни обучающихся

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Родительский лекторий.	В теч. всего периода	Зам.директора по ВР, классные руководители
2	Работа общешкольного Совета родителей.	В теч. всего периода	Директор школы, зам.директора по ВР
3	Работа Родительского патруля	В теч. всего периода	Директор школы, зам.директора по ВР

3.5. Повышение компетентности учителей в вопросах формирования здорового и безопасного образа жизни обучающихся.

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Участие в обобщении опыта, посещение научно-практических конференций, семинаров, лекций по данной теме	В теч. всего периода	Администрация школы
2	Освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий урока, сберегающих здоровье учащихся.	В теч. всего периода	Администрация школы, руководители МО
3	Подготовка и проведение тематических педагогических советов, круглых столов, семинаров, лекториев, конференций	В теч. всего периода	Администрация школы, руководители МО

3.6. Система работы школы по формированию ценностных установок и жизненных приоритетов формирования здорового и безопасного образа жизни обучающихся.

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Пропаганда безопасного и здорового образа жизни через уроки биологии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры.	В течение всего периода	Учителя-предметники
2	Организация воспитательной работы по формированию навыков здорового и безопасного образа жизни: - тематические классные часы, беседы: «Негативное влияние компьютерных игр», «На зарядку становись!», «Режим дня-основа жизни человека», «Курить-здоровью вредить» и др.	По плану	Кл. руководители, Советник по воспитанию, преподаватели физ. культуры, ОБЖ, зам.по ВР

4. Координация и контроль реализации Программы

Контроль хода реализации Программы осуществляет администрация школы.

Администрация школы

- анализирует ход выполнения действий по реализации Программы, вносит предложения по ее коррекции;
- осуществляет организационное, информационное и методическое обеспечение реализации Программы;
- координирует взаимодействие заинтересованных общественных организаций по развитию системы оздоровления детей и подростков.

5. Ожидаемые результаты Программы

- повышение функциональных возможностей организма учащихся, развитие физического потенциала школьников;
- снижение заболеваемости, устойчивость к стрессовым ситуациям, сохранение и укрепление здоровья обучающихся;
- сформированность у большинства обучающихся негативного отношения к употреблению табака, алкоголя, наркотиков и ПАВ;
- рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников;
- повышение приоритета здорового образа жизни;
- повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни;
- ведение оптимального режима учебного труда и активного отдыха детей в урочное и внеурочное время;
- формирование осознанного отношения детей и их родителей, членов педагогического коллектива к состоянию здоровья.

6. Оценка эффективности реализации программы

Основные результаты реализации программы формирования здорового и безопасного образа жизни обучающихся оцениваются в рамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление: динамики сезонных заболеваний; знаний учащихся о здоровом образе жизни; рациональной организации режима дня школьников.

Для выявления и оценивания состояния здоровья обучающихся в школе предлагается оценка показателей заболеваемости учащихся (**Приложение №1**), которая проводится в конце учебного года. Оценка показателей заболеваемости учитывает:

- среднюю продолжительность одного случая заболевания;
- количество случаев заболеваний обучающихся;
- дни, пропущенные по болезни;
- обучающихся, часто болеющих (четыре и более раз в течение учебного года);
- обучающихся, не болевших ни разу в течение учебного года («индекс здоровья»).

Развиваемые у обучающихся в образовательном процессе компетенции в области здоровьесбережения выявляются в процессе урочной и внеурочной работы. На уроках - в процессе обсуждения вопросов, связанных с охраной и укреплением здоровья. Во внеурочной деятельности - в процессе реализации дополнительных программ оздоровительной направленности.

	<p>-Неделя развития жизнестойкости: «Преодоление жизненных трудностей», «Риск - благородное дело?», «Самое ценное – жизнь» и др.</p> <p>-акция "Школа против курения"</p> <p>-интерактивная викторина «Поговорим о правильном питании»</p> <p>- тематические выставки, конкурсы плакатов, рисунков</p> <p>- проведение массовых спортивных праздников</p> <p>-инструктажи о безопасном поведении на водоемах, дороге и т.п.</p> <p>-туристические походы</p> <p>-социально-психологическое тестирование на раннее выявление немедицинского потребления наркотических средств и т.п.</p>		
3	Проведение внеклассных мероприятий по привитию навыков правильного поведения детей в опасных для жизни ситуациях: конкурс «Безопасное колесо», военизированные эстафеты и др.	По плану	Преподаватели ОБЖ, физкультуры, зам.по ВР
4	Проведение внеклассных мероприятий по охране здоровья	Ежегодно, май	Зам.директора по ВР, класс.руковод.
5	Проведение Социально-психологического тестирования, направленного на раннее выявление немедицинского употребления наркотических и других ПАВ	Ежегодно, октябрь	Зам.директора по ВР, класс.руковод.

3.7. Организация питания школьников

№	Мероприятие	Сроки	Ответственные
1	Организация питания детей. Организация качественного питьевого режима.	В течение всего периода	Директор школы, ответственный за питание, классные руководители
2	Осуществление контроля работы школьной столовой, проведение целевых тематических проверок	В течение всего периода	Брокеражная комиссия
3	Улучшение материально – технической базы столовой (приобретение и ремонт инвентаря, оборудования)	Ежегодно	Администрация, ответственный за питание

3.8 Организация летнего отдыха детей и подростков.

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1	Организация работы детского оздоровительного лагеря с дневным пребыванием и Детской досуговой площадки на базе школы с охватом детей различных категорий	лето ежегодно	Начальники лагеря,руководитель площадки, зам.директора по ВР

Приложение №1

Выявление и оценивание состояния здоровья обучающихся

В конце учебного года на основании медицинских справок, предоставленных обучающимися, классный руководитель определяет:

- среднюю продолжительность одного случая заболевания;
- количество случаев заболеваний у обучающихся;
- дни, пропущенные по болезни;
- обучающихся, часто болеющих (четыре и более раз в течение учебного года);
- обучающихся, не болевших ни разу в течение учебного года («индекс здоровья»).

Полученные данные сводятся в таблицу:

Показатели	Абсолютное количество	Относительные показатели
Средняя продолжительность одного заболевания (в днях)		
Количество случаев заболеваний в течение учебного года		
Количество дней, пропущенных из-за заболеваний в течение учебного года		
Количество детей, часто болеющих (4 и более раз в течение учебного года)		
Количество детей, не болевших ни разу в течение учебного года ("индекс здоровья")		

В тех случаях, когда ребенок не обращался в поликлинику, ФАП, но пропустил занятия в школе в течение одного или нескольких дней, родители должны написать записку и указать причину отсутствия учащегося, а также нарушения здоровья, которые они наблюдали у ребенка (насморк, головная боль, повышение температуры до $37,2^{\circ}\text{C}$ и пр.). При анализе заболеваемости вместе со справками следует учитывать подобные записки родителей

Для того, чтобы вычислить относительные показатели, необходимо разделить абсолютные показатели на число учащихся в классе и умножить на 100.

Для того чтобы вычислить *среднюю продолжительность одного случая заболевания* необходимо суммарное количество дней разделить на суммарное количество случаев пропусков по болезни. Следует помнить, что средняя продолжительность одного случая болезни не может быть менее 5–6 дней, т. к. это свидетельствует о неполноценном лечении острых заболеваний.

Для того, чтобы вычислить относительный показатель часто болеющих детей, надо разделить абсолютное количество часто болеющих детей на число учащихся в классе и умножить полученное значение на 100.

Для вычисления «индекса здоровья» необходимо абсолютное количество детей, в течение учебного года не болевших ни разу, разделить на число учащихся в классе и полученный результат умножить на 100.

На заключительном этапе анализа сравнивают показатели заболеваемости учащихся школы (по каждому классу) со средними показателями (табл. 1).

Таблица 1

Средние показатели заболеваемости обучающихся

Показатели	класс
------------	-------

Количество случаев заболеваний в течение учебного года	
Количество дней, пропущенных из-за заболеваний в течение учебного года	
Средняя продолжительность одного случая заболевания	
Количество детей, часто болеющих (4 и более раз в течение учебного года)	
Количество детей, не болевших ни разу в течение учебного года ("индекс здоровья")	